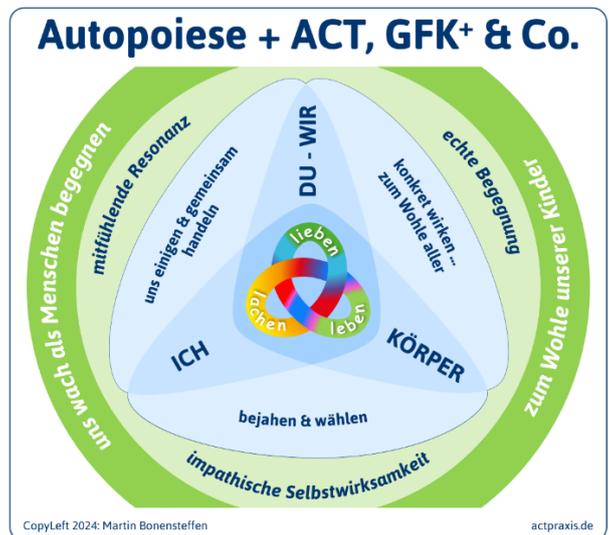


# Einladung\* zum Instituts-Start-Treffen am 3.-6. Okt.

**HÖREN & GEHÖRT WERDEN**  
Einigung ist möglich. Immer!  
... durch *Impathie in Verbindung*

## Zentrale Leitfrage bei allem:

**Was wird möglich, wenn wir uns wach und bejahend, mit 'entspannten Nerven-Systemen'\*\*\* begegnen?**



Meiner Erfahrung nach geschieht genau das 'natürlicherweise', sobald Menschen sich '[gehört fühlen](#)'. Und weil ich täglich erlebe, wie befreiend/heilsam/verbindend solche 'echten Begegnungen' sind, ... weil ich nach vielen Jahren 'forschen und selbst ausprobieren' inzwischen 'sicher weiß', was unsere menschlichen Nerven-Systeme 'brauchen', damit 'das' immer wieder neu gelingt ... und weil ich 'all dem' einen 'Ort' geben will, ... gründe ich, [Martin Bonensteffen](#), das **AutopoiEthik Institut** – Raum für soziale Innovation – und:

## Ich lade ein zum KörperSpürForschungs-Wochenende

**GRUND-IDEE** Sich '**in die Wirkung verlieben**' (statt in die Methoden), während wir gemeinsam unterschiedliche Formen von **Gehört-Werden-Erleben** ausprobieren, erkunden und 'spielerisch' verkörpern.

**ABSICHT** "**Echt sein**, ... den 'inneren Raum' weiten, ... Neues ENTDECKEN & Vertrautes ERINNERN ... und dabei **Klarheit, innere Ruhe und tiefe Freude in Verbindung erleben.**"

### FOKUS-FRAGEN

- 1.) **Wie können wir '[gehört werden](#)' erleben?** ... was passiert im Nerven-System, wenn das gelingt? ... wieso wird 'Einigung' dann plötzlich 'ganz leicht'? ... und weshalb verlieren 'Konflikt-Muster' dann ihre 'Kraft'?
- 2.) **Welche neuen Möglichkeiten öffnen sich dadurch?**... im 'Umgang' mit uns selbst? ... in unsere Kontakten und Beziehungen zu anderen? ... und für unser 'Leben mit Kindern'?
- 3.) **Wo könnte es für 'unsere Kinder'** (kleine wie große) '**besser**' werden, wenn mehr Erwachsene **Nerven-System-Knowhow** 'lernen', es miteinander 'anwenden & leben' und so 'emotional & spirituell reifen'?

### RAHMEN

Von **Do 03. 15:00 Uhr** (einzelne ab Fr Nachm.) bis **So 06.10. 14:00 Uhr** (inkl. M.essen) im **Diakonischen Institut für Soziale Berufe** in **89160 Dornstadt** (nahe Ulm). Der Ort ist gut mit Auto & ÖPNV + Shuttle erreichbar.

### KOSTEN

198 EUR für 3 mal ÜN im EZ inkl. Vollverpflegung o. 89 EUR für 3 mal Vollverpflegung (bei ÜN im Camper). Zur Feier von '25 Jahren freiberuflicher Selbständigkeit' übernehme ich den Aufwand der Organisation und die Kosten für den Raum ... und zugleich lade ich zu einer 'Schenkrunde am Schluss' ein, zur Förderung der 'Gründung des Instituts' und der Verbreitung der Ideen und Vorgehensweisen von Autopoiese, ACT & Co.

## Wünschst du dir manchmal, du könntest ...

- häufiger aus 'Stress- & Konflikt-Mustern' aussteigen ... und 'Einigung' und 'tief verbundenes Tun' erleben?
- mehr echten Kontakt erleben? ... zu deinen Kindern? ... zu deinem Partner, deiner Partnerin? ... oder zu anderen Menschen, die dir wichtig sind?

**Dann freuen wir uns, wenn du dazu kommst.** Hinweise zum '**Entscheidungs- & Anmelde-Prozess** findest du auf S. 2., zus. m. Anmerkungen zu den **\*\*\***, einigen Inspirationen, Infos zum Vorgehen und **Kontakt**daten :-)

# Anmerkungen zu den \*\*\*

## \* Einladung ...

- ... an alle, die ein 'Ja, stimmt!', eine 'positive Resonanz' oder eine 'Neugier' spüren, bei den Sätzen:
- Ich übernehme die Verantwortung für meine Aufmerksamkeit** (u. die 'Regulation m. Innenlebens').
  - Bedeutung & Wirkung einer Botschaft macht immer das aufnehmende Nerven-System** (Das einer Aussage/Information/Nachricht folgende Erleben macht das 'hörende/sehende' Nerven-System).
  - Jede:r macht jeden Moment das Beste, was sie:r, bis zu diesem Moment gelernt hat ... und will sich dadurch legitime** (berechtigte/bei allen Menschen gleiche/'natürliche') **Bedürfnisse erfüllen.**

## \*\* Unsere Nerven-Systeme 'entspannen' sich ...

- ... wenn sie sich '**sicher genug**' fühlen, ... weil wir a) 'körperlich' hinreichend gut versorgt sind und uns b) 'im Kontakt mit anderen' anerkannt und in unserem Sein bejaht erleben.

Dann 'wechseln' unsere autonomen Nerven-Systeme in den '**Kontakt- und Entdecker-Modus**', ... wollen '**spielen und ausprobieren**', ... **öffnen sich für 'neue Möglichkeiten' ... und finden 'wirksame Lösungen'**.

## \*\*\* Entscheiden & Anmelden (s.u.)

Mit diesem 'neuen' Vorgehen möchte ich **größtmögliche Transparenz** ermöglichen ... und dich **einladen**: "**Bitte prüfe für dich**, was dich 'anspricht', was für dich 'stimmt' und was dir 'jetzt möglich' ist, ... an diesem 'Punkt' in deinem Leben ... und entscheide/wähle dann: **Wie wichtig will ich mein Dabeisein machen?**"

## Inspirationen

["Bozos im Bus"](#) – ["Eine kleine Lebensphilosophie"](#) – ["Gemeinsam"](#) – ["Holy Now"](#) – ["Ich suche nicht – ich finde."](#) – ["Sei willkommen mit YouTube-Link"](#) – ["Zeit der Wende – Ode an die Freude"](#)

## Wie gehen wir vor? Wie leben wir das?

**"Innehalten – still werden – spüren – von dem sprechen und mich mit dem zeigen, was jetzt in mir lebendig ist – mich damit gehalten, gelassen und bejaht erleben – auch bei schmerzlichen Gedanken, Erinnerungen, Fragen, Themen – freundliche, sanfte Angebote, Impulse & Resonanzen hören – spüren, wie Vertrauen wächst ... während wir uns in die 'Verbundenheit' entspannen – wie es 'leichter,munter, heiter' wird – bemerken, wie alle 'etwas mutiger' werden ... und uns dabei 'vom Leben getragen' erleben – sehen und spüren, wie unsere 'natürliche Lebens-Freude' wieder 'erwacht' ... und wie wir uns durch das 'anders' der anderen, durch ihre 'Vielfalt und Buntheit' bereichert erleben."**

## ENTSCHEIDEN & ANMELDEN\*\*\*

- 1.) Wenn dich das Treffen interessiert und dir der Termin möglich ist, lass uns **kurz persönlich sprechen**.
- 2.) **Es gibt noch 'Platz'** ☺ ... und Fragen stellen und 'schnuppern', wie wir 'miteinander umgehen' kannst du in der **Hör-Werkstatt (Mi 25.09. 19 Uhr)** oder im **Info-Call (So 29.09. 11:00 Uhr)**.
- 3.) Wenn du 'alle notwendigen Infos' hast, ... überschlaf das Gehörte noch einmal, ... entscheide dich ☺ ... und sag ggf. **bis Mo 30.09. 9:00 Uhr** verbindlich zu. Da muss ich die TN-Zahl 'kostenwirksam melden'.

Und auch wenn der Termin nicht passt, ... **nimm gern Kontakt auf, ... informier dich über andere, neue Möglichkeiten ... oder frag ein 1:1 Gespräch an: Hier kannst du GEHÖRT WERDEN direkt/gleich/sofort erleben.**

## Ich freue mich über Kontakt via ...

Sprach- oder Text-Nachricht auf **+49-177-7461316**

Mail an [martin.bonensteffen@actpraxis.de](mailto:martin.bonensteffen@actpraxis.de)

Kurz-Nachricht und/oder Eintrag in den Verteiler auf [actpraxis.de](https://actpraxis.de)

